

Passage à l'heure d'été, c'est ce week-end



Passage à l'heure d'été, c'est ce week-end

Ce week-end, dans la nuit de samedi à dimanche, la France passe à l'heure d'été et nous allons perdre une heure de sommeil. Mais aussi gagner une heure de soleil, puisqu'à deux heures du matin le dimanche 27 mars, nous avancerons d'une heure. Il sera donc trois heures.

Normalement, ce changement se fera automatiquement sur vos appareils électroniques, mais pour éviter de petites frayeurs en commençant sa semaine lundi, pensez à bien régler vos réveils et vos montres non connectés.